A CRIANÇA INTERIOR FERIDA

COMO O QUE SOFREMOS NA INFÂNCIA INFLUENCIA NA NOSSA VIDA ADULTA

ANDREA CARVALHO SOARES



VISIT…

LANZAROTE Caliente.COM

A CRIANÇA INTERIOR FERIDA

COMO O QUE SOFREMOS NA INFÂNCIA INFLUENCIA NA NOSSA VIDA ADULTA

ANDREA CARVALHO SOARES



A CRIANÇA INTERIOR FERIDA

Como o que passamos na infância influencia na vida adulta.

Andrea Carvalho Soares

AGRADECIMENTOS

Agradeço á Deus que me deu o dom de ter empatia com a dor das pessoas. Aos meus filhos, razão do meu existir.

SUMÁRIO

PREFÁCIO---04
O CONFRONTO DE ANA COM A MÃE--------07

A HISTÓRIA DE ANA--------------------------------14

UM SOCIOPATA NA VIDA DE ANA-------------18

A INFÃNCIA DE ANA---------------------------------25

MAIOR TRAUMA LEMBRADO---------------------30

A HISTÓRIA DOS PAIS DE ANA------------------34

O INCONSCIENTE E A CRIANÇA INTERIOR-38

AUTO SABOTAGEM---------------------------------46

TIPO DE FERIDA DA CRIANÇA INTERIOR FERIDA--49
-FERIDA DE REJEIÇÃO----------------------------50
-FERIDA DE ABANDONO---------------------------51
-FERIDA DE HUMILHAÇÃO------------------------53
-FERIDA DE TRAIÇÃO------------------------------54
-FERIDA DE INJUSTIÇA----------------------------55

A RELIGIÃO E A FRAGILIDADE------------------58

VITIMISMO---61

TIPOS DE ABUSO----------------------------------63
-ABUSO FÍSICO-------------------------------------63
-ABUSO PSICOLÓGICO---------------------------64
-ABUSO SEXUAL------------------------------------65

ABANDONO E NEGLIGENCIA--------------------67

PAIS COM TRAÇOS NARCISISTAS------------69

MÃES E PAIS ABUSIVOS-------------------------74

A PERCEPÇÃO DO FILHO EM RELAÇÃO Á MÃE--76

A CURA ---77

PREFÁCIO

Primeiramente gostaria de dizer que esse livro foi escrito para que as pessoas que tiveram sua criança interior ferida ache um pequeno alento, um pequeno início de caminho. Assim como muitas pessoas, Ana, nossa personagem, teve sua infância recheada de dores e negligências o que acarretou inúmeras consequências na vida adulta.

Ana vivia num processo de autopunição e auto sabotagem sem entender o porquê daquilo tudo. A cada conquista, a cada sucesso, Ana se destruía mais. E foi através da psicanálise revendo tudo o que aconteceu em sua infância que Ana entendeu a sua vida e seus processos auto destrutivos.

A criança interior é a nossa criança da primeira infância (até os sete anos.) E está relacionada com nossa história de hoje.

Toda criança foi ferida em algum momento da sua infância, mesmo que seja pela sua própria interpretação dos fatos.

E essas feridas impactam a vida adulta e devem, pois, necessário que elas sejam resignificadas, entendidas, para que possamos atingir nosso potencial. A análise é um processo que colabora para a descoberta, cura e ressignificação desses traumas.

Muitos atos, muitos protestos e até mesmo assassinatos são cometidos porque se guarda uma raiva imensa de coisas que se passa na infância e estão alocados no nosso inconsciente.

Nesse livro através da do relato de Ana de sua vida adulta e sua infância e de algumas dicas, tentarei ajudar as pessoas que estão tendo comportamentos repetitivos e inconscientes. Proponho nessa obra que se investigue a sua infância através de análise com um bom psicanalista.

É importante ressaltar que é tudo com amor. Nada do que aconteceu a você deve gerar mágoa ou raiva, eis que os pais também tiveram seus traumas e sua criança interior ferida. Além disso, caso não tivesse tido a vida que teve, assim como Ana, você não seria quem é, não teria tido os filhos que teve, e nem as alegrias e os amores.

Tudo faz parte de quem você se tornou hoje, mesmo as suas dores. Então tudo tem um sentido. Mas temos que tirar a nossa dor para a nossa própria sobrevivência.

E mais uma coisas: só você pode mudar a sua própria vida!

Boa leitura!

Andrea Carvalho Soares

O CONFRONTO DE ANA COM A MÃE

O corpo de Ana doía inteiro! Mas ela sentia e sabia que

era necessário passar por isso, agora consciente. Talvez ela pudesse até ajudar algumas pessoas depois disso. Claro que ficava a dúvida se um dia ela conseguiria parar de sentir tanta dor!

Tantas vezes tentou sublimar essa dor, fingir que ela não existia ora com remédios, ora com álcool ora com compras, mas enfim estava disposta a sentir. A se desnudar. Mas o preço estava sendo alto para Ana. A dor estava vindo fortemente. Mas ao mesmo tempo um sentimento de verdade. Até mesmo de felicidade. De auto aceitação. Enfim Ana tinha encontrado a explicação para a sua vida está daquele jeito.

Mesmo a sua mãe dizendo que ela era uma privilegiada ou que tinha tido tudo, e que era ela que era sempre errada. Sim, sua mãe tinha lhe dado tudo. Tudo o que achava que deveria dar.

Ana, como boa auto sabotadora que era, tinha perdido o dente da frente. Sim! E teve que fazer um implante de emergência e pediu ajuda á sua mãe. Típico. Era como eu conseguia a atenção dela. Claro que inconscientemente.

E foi na casa dela levar umas coisas que sua mãe guardava na casa onde Ana morava e pegar os cheques para pagar o dentista.

Ana nunca tinha subido no apartamento da sua mãe, mesmo ela morando lá fazia dois anos e meio. Na verdade ela nunca tinha sido convidada A única vez que Ana foi no apartamento que sua mãe morava foi em dezembro em um evento de Natal com toda a família. Mas somente no salão de festas.

O encontro foi como se tivessem se visto no dia anterior. Naquela noite Ana acordou com o corpo todo coçando, todo empolado.

Mas já conhecia um pouco do que eram as doenças psicossomáticas e foi refletir. Foi uma noite cheia de sonhos em que Ana acordou bem cedo, o que não acostumava fazer.

Então ficou lembrando aquele encontro de quatro horas.

E se viu com 5 anos tentando convencer a sua mãe de que ela tinha sofrido na infância. Talvez tentando um acolhimento ou despertar um amor mesmo.

Queria que sua mãe entendesse que o que tinha acontecido na sua infância tinha realmente a afetado a ponto de estar onde estava. Mas o que foi se estabelecendo ali foi que Ana começou a se sentir cada vez pior.

Afinal era a sua mãe que era a única vítima! E ainda dizia a Ana para parar de culpar os outros pelos seus próprios erros.

E Ana na tentativa infantil de tentar convencê-la que sim, a psicanálise explicaria seus fenômenos de auto sabotagem, continuava falando.

Mas todas as suas tentativas eram sem sucesso. Mais uma vez Ana entrou no jogo de ser a ovelha negra da família e foi ficando cada vez pior.

O jogo de que Ana sempre fora o" boi de piranha " da família.

Sua mãe disse a Ana que seu irmão não concordava com seu jeito de viver e tinha dito a filha de Ana que ela teria que sustentar Ana na velhice. Tudo a machucava imensamente, mas Ana, mais uma vez, não tinha coragem de dizer, afinal só sua mãe podia ser vítima!

Mas o ápice da humilhação foi quando a mãe de Ana e o marido disseram a Ana que o jeito para ela na vida seria arrumar um marido uns vinte anos mais velho. Como se Ana fosse um nada.
Ana só ria. Mas como essas palavras doíam! Ana tentava dizer dos cursos que estava fazendo, da psicanálise que estava estudando na tentativa de mostrar que ela era inteligente!!

Chegou a dizer que mandaria um livro para sua mãe ler, sobre criança interior ferida. Mas sua mãe lhe disse que não era para mandar nada que ela sequer abriria.

Somente quando Ana chegou em casa pode perceber

como eu tentava fazer sua mãe olha-la direito!

Sim a criança Ana voltava sem ela perceber. Eram pedidos internos para que sua mãe cuidasse dela, olhasse para ela.

Chegaram a conversar sobre o alcoolismo do pai de Ana o mal que aquilo que tinha feito. Mas a conversa sempre ia para a vítima: ela, somente ela, sempre ela, a mãe de Ana. Ana entrou no jogo começou a falar dos abusos do seu pai com ela. Mas sua mãe não a ouvia ou dizia que Ana teve da vida o que quis. Colheu o que plantou.

Quando Ana falou das surras de sua irmã, sua mãe lhe disse que somente uma vez aquilo tinha acontecido de sua irmã ter apanhado forte.

Isso a indignou! Ana se lembrava de perfeitamente das torturas que sua irmã havia passado.

Ana por diversas vezes fingia que doía pois seu pai batia muito mais em sua irmã. E a mãe de Ana até nisso a machucava, insinuando que Ana tivesse inventado tudo isso.

E na despedida desse encontro, nenhum beijo, nenhum abraço. Isso depois de Ana presenciar sua mãe com muito chamego e cuidado com o marido.

Ana ainda teve que ouvir que era para ficar esperta, pois sua mãe iria vender a casa que Ana morava, sem perguntar se Ana tinha condições de morar em outro lugar ou se estava passando necessidades.

Sim, depois de oito meses sem ver Ana, era isso que a mãe dela tinha para lhe dizer.

Enfim, em casa naquela noite Ana devorou uma barra de chocolate. Refastelou no sofá e ficou ali por horas.

A criança dentro de Ana (embora ela fosse uma adulta) mais uma vez não tinha sido ouvida pela mãe. Ana se sentia negligenciada, sofrida. Mas naquele momento percebeu que tinha crescido e que era ela que tinha que ser mãe daquela criança.

Abraçar a si mesma.

Talvez pela dor imensa que sua mãe tinha sofrido na infância dela, ou talvez pelo seu narcisismo ela não conseguia enxergar como Ana estava doída, machucada.

Mas Ana precisava cortar aquele ciclo. E não era a sua mãe que resolveria, e isso ficou bem claro. Era Ana. Sim, Ana tinha sido vítima. Mas não seria mais. Sim, Ana foi frágil. Mas não seria mais. E assim Ana se conscientizou e se abraçou. A partir daquele dia passaria a se cuidar melhor. Seria a sua própria mãe.

Ana sabia que o ponto chave disso tudo não era culpar ou responsabilizar seus pais. Sabia que eles, seus pais, também estavam perdidos, também eram sofridos e ao contrário de Ana preferiram abafar a dor e o sofrimento daquela criança ferida que existia dentro deles.

O pai de Ana era alcoólatra e viciado em jogos de loteria e pornografia, e sua mãe acumulava roupas e comprava coisas, e além de ser dependente emocional.

Mas Ana não queria julgá-los. Deus sabe o que seus pais passaram quando criança e o tanto de sofrimento que eles carregam.

Naquele dia Ana deitou na cama que foi de seus pais e adormeceu. Tudo sem pensar. Sem conscientizar até acordar. Impressionante como o inconsciente de Ana implorava pelo cuidado, pela aprovação e admiração da sua mãe!

A HISTÓRIA DE ANA

O problema de Ana que a fez repensar sua vida foi que Ana tinha dado tudo o que tinha para as pessoas. E ela percebeu

que aquilo não podia ser normal. Ela não sabia explicar o porquê de todos a sua volta sempre ficarem bem e ela ficar sempre destruída.

Mesmo quando Ana ganhou um bom salário, pegou empréstimos sem precisão.

Deixava seu nome ir para o cadastro negativo de crédito por nada.

Tinha mania de comprar em roupas que não usava. E Isso não era nada. Ana sempre foi a “ amiga”. Sempre foi a que ajudava. Não que ela fosse a boazinha. Ana também magoou e machucou pessoas. Mas nunca propositalmente.

Quando alguém elogiava algo que Ana tinha, ela dava aquilo para a pessoa. Na verdade Ana se sentia devedora o tempo todo!

Ana se casou grávida aos vinte anos, seu ex marido era seu colega na faculdade e depois de alguns meses juntos Ana engravidou e resolveram se casar. Bom, mais ou menos A mãe de Ana não a obrigou, mas pressionou dizendo que se Ana não casasse o pai da sua filha só iria vê-la "da porta para fora".

O casamento de Ana durou treze anos. Era um casamento em que Ana parecia estar casada com várias pessoas, com a família dele. Havia muita interferência.

O então marido de Ana era uma pessoa que tinha sido criado em uma família com questões exatamente contrárias á criação de Ana. Lá os filhos pareciam ser muito amados e respeitados. Aliás na família de seu marido os filhos podiam tudo. Era o que Ana achava.

Porém foi um casamento de várias interferências. Ana repetiu o padrão e casou com um homem que também lhe

negligenciara em diversas coisas.

Então depois de sete anos tentando fazer dar certo Ana pediu o divórcio.

Uns seis meses antes disso Ana trabalhava numa grande empresa, tinha um cargo alto, mas entrou em depressão profunda sem saber direito porquê.

Parecia que estava em ótima fase. Ana ficou naquele emprego por dois anos em meio, e simplesmente um dia não conseguiu levantar da cama para ir trabalhar.

A Irmã de Ana, que era enfermeira, a levou ao psiquiatra. E lá ela ficou dez dias tomando remédio na veia, pois o psiquiatra achava que Ana poderia se suicidar.

Na verdade Ana sentia uma dor emocional imensa. Ela não pensava e tirar minha vida, mas sim em parar de sentir aquela dor enorme. Ana ganhava um bom salário, até maior do que o seu ex marido recebia.

Mas ela chegava em casa e se sentia ignorada por ele. Inclusive ele nunca tinha ido ao trabalho de Ana sequer para conhecer.

Ana tinha trinta e três anos quando teve essa depressão forte e se separou aos trinta e seis anos.

Ana se sentiu feliz com a separação, pois enfim não tinha mais a família do seu ex marido e nem ele dizendo que tudo de ruim que acontecia era culpa dela. Mas era Ana que se sentia uma eterna devedora.

Ana tinha três filhos assim como a sua mãe. A relação com eles na separação ficou ruim, pois para se separar logo Ana, como estava acostumada em sua família, disse que seu ex marido era maravilhoso, mas que ela era o problema. Ana estava

acostumada a ser a culpada por tudo.

UM SOCIOPATA NA VIDA DE ANA

Depois de um ano separada Ana conheceu Luiz, que a interessou de verdade. Parecia um anjo que enfim vinha lhe salvar de tanta dor. Ana o conheceu em um aplicativo de namoro na internet.

Ele dizia tudo o que Ana queria ouvir. Dizia que era também sofrido, que tinha sido casado com uma mulher mais velha que o tinha maltratado.

Luiz contava suas histórias de vida com riquezas de detalhes. Mostrava fotos de lugares que depois Ana descobriu que eram montagem. Ia com Ana a todos os lugares, até festa de criança.

Porém, depois Ana descobriu que ele era um sociopata e tinha mentido sobre sua vida toda. Inventou histórias, família, emprego, amigos. Só numa rede social fez oito perfis para que Ana acreditasse no que ele dizia.

Luiz nunca apresentava os seus amigos. Sempre inventava uma desculpar. Dizia que estavam viajando, que estavam doentes, então inventou perfis em rede social onde se passava por esses amigos e familiares

Nessa época Ana tinha um bom apartamento e tinha dinheiro guardado. Então Luiz ficava na casa de Ana por muitas horas. Dizia que tinha sido injustiçado que sua mãe o maltratava nele, que não conseguia emprego por ser perseguido. Inventava doenças, inventava problemas.

Na época Ana frequentava a igreja uma determinada

igreja e levou Luiz lá.

Ana incorporou a dor de Luiz e passou a rezar por ele, fazer sacrifícios pedidos na Igreja para ajudá-lo. Mais uma vez Ana esqueceu-se de si mesma e passou a sentir a dor do outro.

Na verdade era a forma que Ana encontrava de fugir de sua própria dor. Quanto mais a pessoa estava mal, mais Ana se aproximava. O sociopata enxergando isso em Ana se aproveitava.

Ana chegou a limpar o banheiro masculino da Igreja em sacrifício dedicado ao Luiz, sendo que ela tinha auxiliares em casa para lavar o seu próprio banheiro. Também fazia lanches na cozinha da Igreja, passava tardes ajudando, tudo dedicado á Luiz.

Ana esqueceu-se de sua vida, de seus sonhos e de seus filhos. Ana nem sabia onde estavam seus sonhos, pois quando criança seu sonho era que seu pai não matasse sua mãe.

Na verdade tudo que Ana fazia pelo outro era o que queria que fizessem por ela, mas não sabia disso.

O pior é que Luiz, o sociopata, não pedia nada a Ana. Ela oferecia. Ele não tinha carro e até o dinheiro para ele ir de taxi para a sua casa Ana dava. E Luiz cada vez mais inventava coisas.

Ana vendeu seu apartamento e aí as coisas pioraram. Ela comprou roupas e até um terno para Luiz começar a trabalhar na empresa que ele disse que tinha conseguido um emprego. Luiz chegou a mostrar o contrato de trabalho. Empresa que nunca existiu. Ele se dizia amigo do dono de uma grande empresa e Ana acreditava. Luiz descrevia a casa dos amigos com muito detalhes, inclusive a decoração, a comida que serviam. Ana achava que não tinha como ser mentira.

Luiz pediu Ana em casamento e disse que iriam morar num apartamento que ele tinha direito devido ao emprego na empresa. Passava em frente ao prédio, mostrava fotos a Ana.

Mostrava até os quartos dos filhos de Ana e dizia que iria ajudá-la a criá-los. Ana acreditou em tudo e deu tudo o que tinha achando que iria construir uma vida nova.

Depois que vendeu o apartamento Ana foi ficar um tempo na casa da sua mãe. E sua mãe começou a desconfiar de Luiz.

Só que ao invés de acolher Ana, sua mãe dizia que tinha era pena dela, porque Luiz era um mitômano e Ana burra. Um dia Ana pesquisou a fundo e descobriu toda a verdade. Foi terrível para Ana.

SOBRE SOCIOPATAS

Sociopatas tem um padrão. O padrão é observar a vítima e usar de sua fragilidade. Muitas vezes se dizem sofrer demais, como se fossem vítimas da sociedade. Claro que nem todo mundo que sofre é sociopata. Mas em todos os casos há uma grande história de sofrimento. E histórias grandiosas mesmo.

Luiz, dizia que tinha tido uma ex esposa que tinha tomado tudo dele. Ele dizia que tinha herdado um dinheiro da avó e a esposa então fez com que ele a bancasse em todos os seus luxos e devaneios. E o pobre coitado ficou sem nada!

Chegou a se cortar para mostrar a Ana que a mãe o agredia. Disse uma vez que a ex esposa o amarrou na cama e o surrou. Chegava na casa de Ana com roupa rasgada.

Houve uma outra vez em que Ana e Luiz estavam em um bar de uma Pousada e ele queria ir embora e Ana não. Então ele disse que ia ao quarto. Como estava demorando, Ana foi atrás dele e o encontrou deitado no chão do quarto. Disse que tinha desmaiado e que tinha caído.

Mas na verdade é porque ele não queria voltar e não

podia dizer a verdade. Fingiu. Aliás verdade era uma coisa que ele desconhecia.

Sociopata é o mesmo do que psicopata. Essa definição é só para separar o grau e especificar que é um ser com transtorno antissocial que não mata (normalmente), mas que aplica golpes (os chamados estelionatários, e os golpistas românticos e de internet. Luiz primeiramente se dizia sofrer com a mãe que nunca o quis.

Ana conheceu mãe de Luiz, que inclusive era muito carinhosa com ele. Ele dizia que ela era alcóolatra. Outros parênteses aqui: Ana é filha de alcoólatra, então Lui\, para que Ana tivesse empatia, entendesse e absorvesse a dor dele, falou que tinha vivido a mesma história que Ana.

Os sociopatas podem montar uma história baseada na sua história! Ana passou a se torturar internamente por isso. Mas era com o se ela tivesse achado alguém que a entendesse, enfim. Alguém que tivesse vivido e sentido o mesmo que ela.

Mas na verdade tudo foi calculado friamente por Luiz para ser aproveitar da fragilidade de Ana.

Depois disso Ana teve um namoro com outra pessoa que também investiu toda a minha energia no sonho dele, mais uma vez, esquecendo-se de seus próprios sonhos.

A INFÂNCIA DE ANA

O pai de Ana era alcoólatra. A irmã de Ana, Alessandra contou que ele deixava as duas filhas sozinhas dentro do carro e ia beber no bar, sendo que elas ficavam mais de uma hora presas no carro, Alessandra cinco anos e Ana com três anos.

Aos sete anos Ana era uma criança que se sentia muito feia. Usava tampão em um olho. Sentava no fundo da sala.

Ana tem uma lembrança dolorosa um dia umas formigas morderem seu pé durante a aula, na sala, e ela aguentar calada apesar da dor por mais de quatro horas.

Na verdade Ana tinha medo de falar o que a incomodava, de reclamar.

Aceitava tudo. Porque sua irmã Ana, quando falava qualquer coisa em casa apanhava muito de seu pai.

A vida de Ana durante a infância em sua casa com seus pais e irmãos era muito ruim. Seus pais brigavam dia e noite. Ana passou a ser a boazinha. Toda noite ia dar um beijo nos seus pais antes de dormir. A irmã de Ana era atrevida e apanhava muito. Muito mesmo. Se fosse nos dias de hoje o pai de Ana poderia até ser preso, tamanha a violência que agia com Alessandra. Ana ás vezes fingia que os tapas que seu pai lhe dava doía mais do que realmente doía, porque seu pai batia vinte vezes mais forte na sua irmã.

Ana era magrinha e Alessandra gordinha. Então a mãe de Ana dizia para a irmã de Ana que apesar de Ana ser magra e bonita, Alessandra, sua irmã é que era inteligente. Isso fez com que Ana se sentisse burra pelo resto da vida. Ana também sofria muito vendo sua irmã apanhar tanto.

Ana raramente tinha festa de aniversário. Raramente tinha seus anseios atendidos. Ana se lembra de ter tido três festas de Aniversário somente. Seus pais diziam que não era importante festa de aniversário, que importante era o que eles achavam, que geralmente era reformar a casa ou comprar algo.

A mãe de Ana levava ela e a irmã ao orfanato para levar coisas. Porém, Ana se sentia mais uma vez mal, eis que sua mãe fazia questão de dizer que Ana tinha tudo e não deveria reclamar de

nada.

A avó de Ana também morava com eles, mas não era carinhosa com Ana.

Na verdade ela consumia mãe de Ana, eis que Ana tinha um tio alcoólatra e a avó de Ana fazia sua mãe o ajudar como se seu filho fosse.

Ana aos sete anos descobriu as revistas pornográficas do seu pai que as deixava em baixo da cama em um vão. Uma vez Ana foi brincar de esconder e as achou.

Ana teve um choque quando viu a figura de um travesti e ficou sem entender, pois só tinha sete anos e não podia perguntar ninguém pois sabia que tinha feito algo errado.

O pai de Ana também tinha uma arma que ficava no armário coberta somente por um pano vermelho. Ana pegava essa arma de vez em quando e pensava em se matar, pois achava que havia algo de errado com ela. Seus pais gritavam muito e eram agressivos. Ana chegou a achar que era adotada.

Os pais de Ana trabalhavam e quando sua mãe chegava do trabalho, sua avó já corria para conversar com ela.

Ana sentia que não sobrava mãe para ela. A mãe de Ana não abraçava e não beijava as filhas. Dizia que tinha sido criada assim e por isso não conseguia.

O Pai de Ana, apesar de agressivo, dava mais atenção a ela. Levava a lugares com ele, ao sítio, ao mercado. Elogiava Ana dizendo que ela parecia uma vaca zebu.

O pai de Ana ás vezes tinha comportamentos inadequados com os filhos e até mesmo com outras pessoas. Quando Ana tinha nove anos seu pai falou com sua mãe, olhando para Ana, que as tetinhas dela estavam crescendo.

Isso a deixou extremamente constrangida O pai de Ana era muito agressivo, nervoso e briguento. Quando era confrontado gritava com as filhas para sumirem de perto dele. E dizia a Ana que ela tinha sido “ uma trepada mal feita”. Era briga na casa de Ana desde ás seis horas da manhã quando acordavam. E as brigas eram por qualquer coisa que se discordasse dele.

O MAIOR TRAUMA LEMBRADO DE ANA

Esse foi o maior trauma que Ana se recorda com exatidão. Isso por que muitas coisas acontecem quando se é criança e que não é lembrado. Ficam guardadas no nosso inconsciente, até mesmo para a sobrevivência da pessoa, dependendo de como aquilo transtorna.

Aos dez anos de idade Ana viu seu pai enforcando sua mãe na cama. Ana conta que seus tios tinham ido á sua casa para uma visita. Era uma casa grande, bonita de dois andares. O pai de Ana pediu para ela chamar sua mãe ela foi.

E a mãe de Ana pediu para ela dizer que não ia descer para conversar com seus tios (irmãos de seu pai) porque estava passando mal.

Os tios de Ana foram embora e o Pai de Ana foi até o quarto do casal. Tinha bebido. E Ana e sua irmã foram dormir.

Então de repente Ana e sua irmã ouviram muitos gritos um barulho muito forte. Correram para o quarto e então o pai de Ana estava ajoelhado em cima do corpo da mãe de Ana enforcando-a. E ela com o abajur na mão. Foi um terror. A irmã de Ana passou mal.

A avó acudiu sua mãe. Ana foi conversar com seu pai.

Queria entender porque ele fez isso. E tinha um medo enorme de seu pai abandonar a família

Então os pais de Ana ficaram sem se falar, mas na mesma casa. O pai de Ana dormia no quarto com seu irmão que nessa noite não viu nada porque dormia.

Ana passou a ser a garota recado dos pais, eis que eles pararam de se falar e passaram a usar Ana para se comunicarem através de cartas entregues por Ana.

A mãe de Ana pediu para ela dormir com ela e o Pai a chantageava dizendo que se Ana ficasse dormindo com sua mãe, nunca mais iria dormir com ele.

Era muito sofrimento que Ana sentia, mas ela não podia sofrer, ela não podia falar. Eram eles, seus pais, as “ vítimas”. Um da violência e outro da própria fraqueza. Ana como criança achava que era isso.

E durante essa crise o pai de Ana pegou a arma e disse que iria se suicidar. Um amigo dele veio e ajudou. Os pais de Ana nesse época foram para a terapia de casal. Eles se resolveram e voltaram o casamento.

Naquele ano Ana ganhou uma grande festa de aniversário, como que para compensar o que ela havia passado. Mas continuaram vivendo em guerra.

Até que aos 18 anos uma empregada contou que o irmão dela ia lá matar o pai de Ana por ele ter feito proposta indecente á ela. Então se descobriu que o Pai de Ana molestava todas as empregadas da casa, mas que a avó de Ana escondia da mãe de Ana.

. Falava com as empregadas que se contassem elas seriam demitidas. Então Ana se lembrou de que roubava dinheiro das empregadas quando criança. Ana pensa que talvez tenha visto

ele pagar a elas , quando muito criança, pois a avó de Ana contou que seu pai pagava as empregadas que trabalhavam na casa para fazerem sexo oral nele.

As tias de Ana também contaram que seu pai tentava molestar elas (as irmãs da sua mãe). Os pais continuaram juntos por um tempo, quando o pai de Ana agrediu mais uma vez a mãe de Ana e ela enfim resolveu não aguentar mais.

O pai de Ana contou que quando era criança matou sete gatinhos a pedido de uma moça e que a mãe dele quando descobriu deu nele uma surra

Ana se recordou que na fazenda da família um dia matou um porco a tiros, soltou o bicho e começou a atirar.

A mãe de Ana dizia que ela queria tudo para ela de mais bonito dizia que ela só queria mostrar o corpo. Ela dava roupas que ela mesma gostava. A mãe de Ana só dava o que ela mesma achava que era bom.

Depois que Ana presenciou a cena de agressão de seus pais, passou a ir mal na escola e sua mãe dizia que ela era burra que era culpa de Ana ir mal na escola. O pai de Ana nem se interessava pela vida dela. Sequer ia a qualquer reunião escolar. Para a mãe de Ana, os filhos dos outros é que eram os bons. Nenhum dos amigos de Ana prestavam também e nem a família deles.

A mãe de Ana se dizia muito invejada pelos vizinhos e amigos. Dizia que era muito especial, muito única e por isso todos a invejavam.

Materialmente os pais de Ana lhe davam tudo.

Tudo o que achavam que era bom. Ou melhor, tudo o que eles não tiveram. Mas Ana tinha vergonha de chamar colegas em casa embora fosse uma casa muito grande e bem cuidada. E também tinha medo de seu pai ter algum comportamento

inadequado com alguma colega sua.

A HISTÓRIA DOS PAIS DE ANA

O pai de Ana apanhava muito quando criança e adolescente. A mãe de Ana contou que ele, quando criança, desmontou por curiosidade um rádio de seu (avô de Ana). O avô de Ana então bateu nele com fio elétrico. Era nervoso, extremamente abusivo, assim como o filho (pai de Ana) se tornou. Jogava prato de comida na parede. Pediu emprestado o primeiro salário do pai de Ana e nunca pagou.

O avô materno de Ana conheceu sua mãe aos seis meses de idade. Além de bater muito nela com fio elétrico também. O avô materno de Ana tinha duas filhas, mas só tirava foto de uma alegando que a outra não era fotogênica...

A mãe de Ana teve um pai que não a amava, ao contrário, a chamava de feia. Passou muita necessidade tendo inclusive que usar coisas emprestadas, pois sua mãe foi abandonada pelo pai . A formatura da mãe de Ana, por exemplo, foi com uma roupa que uma professora lhe emprestou.

A mãe de Ana era muito agredida pelo pai de Ana tanto fisicamente quanto verbalmente. Até um dia que não aguentou mais e se separou não só dele. Mas da família também. E se casou de novo com um outro homem abusivo.

A mãe de Ana tentava resolver a criança ferida dela com os maridos. Mas na verdade ela era dependente emocional deles. Mesmo tendo um ótimo salário se sentia incapaz de viver a vida sem um homem ao lado. Ana também chegou a fazer isso. Por muitos anos Ana procurou um companheiro que cobrisse esse buraco interno. Muitas pessoas fazem isso.

Muitas pessoas tentam curar essas feridas da criança com relações afetivas, que no final não são nada afetivas.

Mas a fome e sede de Ana e de sua mãe não era de um companheiro era de pai, de mãe. E isso ninguém consegue suprir, pois na verdade é uma questão da função materna e paterna que não foram realizadas devidamente.

Assim ficou uma ferida na vida de Ana e da mãe dela. Nenhum homem ou mulher, nenhuma esposa ou marido, namorado ou namorada será capaz de cumprir esse papel.

Por isso não se pode culpar os pais de Ana de nada. Mas Ana pode tentar se curar e assim o fez. Reconheceu que também sofreu e foi vítima. Foi importante Ana legitimar a sua dor e dizer para si mesma que não, que não teve tudo e assim procurar a sua cura.

O INCONSCIENTE E A CRIANÇA

Primeiramente temos que entender que o inconsciente nosso é atemporal

O cérebro e todo o sistema nervoso central se formam nesse início da vida, ou, melhor dizendo, desde a gestação. A neurociência, que é a ciência interdisciplinar que estuda o desenvolvimento e o funcionamento desse sistema nos diz que o desenvolvimento do cérebro depende de uma complexa interação entre os genes com os quais se nasce e as primeiras experiências que se tem.

As primeiras experiências de um ser humano têm um impacto decisivo na arquitetura do cérebro e na natureza e qualidade da capacidade do adulto.

E temos que ser nutridos desde que nascemos. Porém, deve-se entender por nutrição não apenas o alimento propriamente dito, mas também todas as ações de cuidado e os tipos de estímulo aos quais as crianças serão submetidas.

Pode-se dizer que as relações iniciais com os primeiros cuidadores (mãe, pai ou outra pessoa que se ocupa integralmente do bebê) são determinantes nesse processo de formação da criança e, por isso, devem ser relações de qualidade, baseadas tanto em atenção às necessidades do corpo e do organismo quanto em vínculos afetivos consistentes de comunicação e segurança. E ainda oferta de boas experiências para apresentar o mundo ao bebê/ criança.

Trata-se aqui de olho no olho, de voz ritmada que acalanta e narra uma história, de sustentação corporal, de acolhimento às sensações e sentimentos, de presença permanente e significativa que garante a continuidade dos cuidados, de emoções que moldam essa relação .

Na verdade, a principal história que se narra à criança ao longo de seu desenvolvimento é a sua própria história, construída nessa relação com os Pais e cuidadores. Afinal, não estamos com a criança o tempo todo, desde o momento de trocar uma fralda, de conversar dentro do carro a caminho da escola.

Falamos quem é ela, o que está acontecendo com seu corpo, quem são as pessoas ao redor, o que faz o barulho além de assustar… todos trechos de uma história que se constrói e que situa a criança na complexidade do mundo. E, assim, vamos nos adequando a cada etapa de vida dessa criança.

Não é à toa que nos encantamos com os olhinhos que brilham de uma criança enquanto presta atenção na voz e melodia

do adulto; é porque esse olhar que se sustenta na curiosidade, é como uma antena que capta todos os sinais transmitidos nas relações cotidianas.

A criança não usa apenas os olhos, mas todos os sentidos como instrumentos: o bebê se guia pela visão, audição, olfato, paladar e tato. Os sentidos são o seu radar, a sua forma de perceber e compreender o mundo.

Tem muita coisa em jogo nessa interação. É preciso que os adultos estejam inteiros, que estejam disponíveis para acompanhar cada passo desse caminho inicial e que consigam tanto decodificar os sinais que chegam ao radar quanto os que são transmitidos por eles.

Aprender a comunicar-se para além das palavras, mas pelos gestos, sons e balbucios, expressões, mudanças de comportamento. As crianças pequenas são conectadas e comunicativas.

Uma criança é constituída de corpo, de emoções e sentimentos, de ideias e conhecimento, de vínculos e relações interpessoais, da história de uma família, uma comunidade e um povo.

Cada um desses aspectos remete a um vasto campo de experiências.

O desenvolvimento físico supõe o cuidado com o corpo, a alimentação, a higiene, o sono, a possibilidade de coordenar os movimentos pelo espaço, a proteção. Sabe-se que um bebê desnutrido pode ser prejudicado por toda a sua vida, tendo dificuldades de diversas ordens, inclusive de aprendizagem.

Dormir bem, ser aquecido no frio, ser protegido de estímulos muito fortes, poder se movimentar pelo espaço, ser mantido minimamente limpo e confortável são experiências

fundamentais para garantir o sucesso desse processo.

E o desenvolvimento emocional, tão importante quanto, remete às interações afetivas, à vivência dos diferentes sentimentos e emoções, a poder expressar alegrias, tristezas, raivas e medos .

E acima de tudo, a de ter a experiência da segurança transmitida pelo cuidador que deve existir para o bebê como um porto seguro.

Segurança é palavra-chave nesse percurso, o que não significa proteger ao ponto de evitar que a criança faça suas experimentações pelo mundo.

Segurança significa fazer a criança confiar que sempre vai ter alguém por perto, olhando e zelando por ela para resolver todos os seus problemas.

Quem nunca viu um bebê começando a engatinhar que sai desenfreado pela sala, mas que de repente para, dá uma olhadinha para trás e se o adulto está olhando ele continua a desbravar o espaço, mas se não tem ninguém ele desiste?

É disso que estamos falando aqui, de a criança poder sentir-se segura pela presença de quem cuida dela.

O mesmo acontece com as crianças maiores; por exemplo, quando fazem birras, elas desafiam o adulto, desencadeiam cenas de tensão e embate, mas conseguem se acalmar na presença do mesmo adulto, principalmente quando se certificam de que ele não desistiu, que está ali para impor os limites necessários e para acolher o cansaço no final do embate.

Há relatos de uma experiência antiga em que um Rei afastou 30 crianças de suas mães. Essas crianças só recebiam alimentação e nenhum afeto. Todas morreram lentamente ainda bebês.

É muito difícil para um filho enxergar como são seus

pais de verdade. Tudo depende do pacto que foi feito na infância ou mesmo no útero. Principalmente se o filho entende que essa mãe sofre.

Assisti um episódio de uma série em que a mãe tinha duas filhas. Uma delas era tratada como princesa e outra vivia acorrentada embaixo da cama.

Essa última sofria maus tratos violentos. Tinha os pulsos e os joelhos com grandes cicatrizes. A mãe explicou que a segunda filha que ela chamava de monstro. Tinha sido fruto de um estupro de um familiar que tinha durado um ano aproximadamente.

Então obviamente ela perdeu a guarda das duas filhas. Mas o que me impressionou acima de tudo foi que a criança mal tratada ao ser ouvida disse ao juiz que ficava quietinha para que não incomodasse a mãe e se preciso, ficaria ainda mais quieta, daria ainda menos trabalho! Ou seja, a criança não tem noção de quando ela é mal tratada ou abusada. Ao contrário, muitas vezes ela acredita que merece aquilo.

AUTO SABOTAGEM

Primeiramente vamos ao conceito de auto sabotagem. Auto sabotagem ocorre quando criamos obstáculos e empecilhos – de forma consciente ou inconsciente – que nos atrapalham na hora

de realizar tarefas ou conquistar objetivos. Isso é se sabotar, e desistir ou se depreciar é se boicotar.

Ana ligou a televisão um homem estava sendo julgado por feminicídio. Era um ex namorado dela. Um homem que batia em mulher, e como a maioria dos homens que Ana se relacionou, era um abusador.

Você deve estar se perguntando o porquê disso, o porquê dessa repetição. Há algumas explicações para isso. Cada ser humano é único e cheio de nuances. Mas posso pincelar algumas que talvez possam se encaixar no seu caso.

Mas é preciso que você entenda que somente uma análise, com um bom psicanalista, de você como indivíduo poderá realmente te esclarecer isso.

Quando crianças dependemos totalmente dos adultos. E o que eles falam vira lei. Ou melhor, o que nós ouvimos. Ou melhor ainda, o que nós ouvimos e interpretamos. Então depende muito do que você ouviu e interpretou.

Lembra que eu disse que o pai de Ana dizia que ela era uma " trepada mal feita"? Então, como criança ela acreditou. E se ela era uma trepada mal feita, deveria sofrer, ser punida pois não fui coisa boa, entende?

Claro que depende da criança. Talvez uma outra criança não teria essa interpretação. No caso de Ana foi o conjunto. Foram as negligencias, a violência, o sofrimento que ela percebia em sua mãe.

E ainda por cima tinha a questão do exemplo de homem, o primeiro, o pai de Ana apresentar a ela o amor em forma de dor, de agressão. De humilhação e indisponibilidade. E isso ficou no inconsciente de Ana.

Por isso Ana se destruía. Por isso Ana tinha relações

abusivas e tóxicas.

Se você se identificou com a História de Ana, você tem que despertar. Trazer o que está no inconsciente para o consciente.

Conscientizar que agora você não é mais aquela criança que ouvia tudo e acreditava em tudo. Você pode ter um olhar crítico com relação ao que lhe foi dito e a quem são seus pais. Principalmente àquelas mães eternas vítimas, para não dizer narcisistas.

Será que elas sofriam tanto assim? Será que não existia ali uma dinâmica de troca através de chantagem sentimental?

Mas antes de você tomar qualquer atitude seja ela emocional interna ou externa, encha seu coração de amor e perdoe. Não é para você odiar seus pais. Tenha certeza que eles também provavelmente terão suas histórias de vida e infância distorcidos.

TIPOS DE FERIDAS DA CRIANÇA INTERIOR FERIDA

Acontecimentos na sua infância te deixaram feridas. Aqui eu exemplifico algumas para que você possa trabalhar elas em análise. Tais feridas podem ter sido “ adquiridas” de diversas formas. Tanto do jeito que Ana adquiriu as dela ou mesmo em famílias que não tiveram tantos abusos e violência, mas que algo aconteceu e gerou traumas na sua criança interior .

Como por exemplo, uma criança que ficou na escola até mais tarde porque a mãe atrasou (por estar no trabalho). Essa criança pode ter se sentido abandonada e esse fato ter gerado nela uma ferida de abandono.

FERIDAS DA REJEIÇÃO:

O adulto que tem esta ferida viveu experiências de rejeição na sua infância por parte da família. Terá tendência a rejeitar-se a si mesmo ou a quem se aproxima afetivamente de si. Poderá também rejeitar experiências de prazer, êxito ou dinheiro devido a uma emoção profunda de carência, alimentada por uma crença implantada errada: *"Eu não sou merecedor(a) de nada."*.

Frequentemente, culpa os outros ou culpa-se constantemente por ser rejeitado. Deste modo, acaba por rejeitar o prazer de viver e entra num ciclo vicioso.

A principal conduta de quem transporta consigo esta ferida é a FUGA: fugir dos outros ou fugir de si mesmo, isolando-se nos seus sentimentos de culpa e inexistência e assim evitando situações importantes ou desconfortáveis. Não é muito partidário de socializar e tende a abandonar o que inicia.

No campo dos afetos, não se apega às coisas nem às pessoas, porque estas simplesmente não lhe dão prazer.

Paradoxalmente, quem transporta consigo esta ferida procura ser aceito, tendo comportamentos incoerentes e convivendo com pessoas com as quais não se identifica. O seu objetivo é "não sentir a sua ferida a arder".

Pensamentos comuns neste tipo de ferida: "*Não sirvo para nada"; "Não sou útil a ninguém"; "Vivo melhor sozinho (a)";"Não tenho capacidade para nada"; "As pessoas não gostam de mim."; "Só tenho defeitos"; "Eu não mereço ser feliz*".

FERIDA DO ABANDONO:

A solidão é o sentimento mais intenso em alguém que na sua infância viveu uma experiência de abandono, real ou emocional. A criança não consegue distinguir os dois.

Perante situações de possível abandono, esta pessoa poderá ter duas reações: abandona primeiro perante a mínima

desilusão ou exige constantemente atenção. De modo a evitar curar a ferida interior, cria relações de dependência constantes: "*Os outros terão que precisar de mim e eu constantemente dos outros*."; "*Sozinho(a) não sou ninguém*"; "*Sozinho(a) sinto que fico totalmente abandonado (a)*".

Enquanto a ferida se mantiver aberta, acabarão eventualmente por ficarem sozinhas.

Pensamentos comuns neste tipo de feridas: "*Ninguém me apoia*"; "*Vim sozinho(a) para este mundo*"; "*Ninguém me ajuda*"; "*Não consigo fazer nada sozinho (a)"; "Sem ninguém, sinto-me impotente*" etc.

FERIDA DA HUMILHAÇÃO:

Adultos que têm várias experiências de abuso emocional, sexual ou físico poderão carregar esta ferida dentro de si.

Na sua infância sentiram-se ridicularizados, inferiorizados, diminuídos, criticados pelo seu aspeto físico, sexualidade, inteligência, atitudes, distinção social, etc.

Neste tipo de ferida adotam dois tipos de comportamentos: abusam ou humilham os outros ou deixam-se humilhar ou são abusados. No fundo do seu Inconsciente, existe a crença errada de "Eu não tenho direito em ser quem eu sou."

Ao longo da vida, o seu inconsciente irá assinalar a sua ferida, atraindo situações de humilhação ou atitudes masoquistas emocionais ou físicas.

Pensamentos comuns neste tipo de ferida: “*Eu não presto*”; “*Eu não tenho valor nem direitos”; ”Eu não posso ser eu próprio”; “Eu sou uma merda”; “Não presto para nada”,* etc…

FERIDA DA TRAIÇÃO:

Um adulto com a ferida da traição terá a tendência de desconfiar dos outros.

Estas pessoas desenvolvem uma mente racional muito apurada e atenta aos pequenos deslizes. Encontram tudo o que lhes faça ativar a dor.

Com isso, atraem inconscientemente situações de traição e abandono, acabando por ser traídos quando baixam a guarda. Quando isso acontece, envolvem-se num ciclo vicioso, levando em casos extremos à paranóia.

O seu maior medo é a mentira ou a dissimulação.

Para evitar a mentira encontram uma solução: serem controladores.

Pensamentos comuns neste tipo de ferida: “*As mulheres não são de confiança”; “Os homens não são de confiança”; “Neste mundo é preciso ter o olho bem aberto senão acabamos por ser traídos”; “Ninguém é de confiança*”.

Encontrar a ferida é a chave para devolver confiança em confiar.

FERIDA DA INJUSTIÇA:

Quando um adulto apresenta esta ferida pode tornar-se num eterno justiceiro das causas de todo o tipo, desgastando uma energia desproporcional em corrigir o que está errado.

Acabam inconscientemente por atrair injustiças e quando estas acontecem, podem reagir de uma forma destrutiva

com os outros e/ou com eles mesmos. Normalmente, vivem uma sensação de constante injustiça por parte do mundo.

Um adulto com estes comportamentos tem feridas de injustiça na família, na forma injusta como foi diferenciado ou outras histórias não resolvidas, nas quais não existiu igualdade de afetos ou reconhecimento.

A busca da perfeição torna-se na sua longa jornada, na qual não reconhece que o mundo é perfeito na sua própria imperfeição. Ao longo do tempo vai acumulando muita tensão e dores de cabeça.

Tendem a demonstrar força, retidão e rigidez, sendo difícil serem flexíveis e humildes.

A reação emocional a situações de injustiça está relacionada com a revolta ou ira. Esta emoção pode ser aditiva por ser socialmente reforçada.

Alguém com esta ferida, aprendeu a alimentar a revolta e a reagir perante ela, em vez de procurar manter uma distância saudável, compreender e perdoar.

Enquanto a ferida se mantiver oculta e longe do olhar e aceitação, esta tornará a vida tão insuportável que, por vezes, é necessário que se somatize numa doença de modo a chamar atenção para a criança interior. As emoções reprimidas presentes na criança interior atraem situações que despertam a ferida, SENDO SEMPRE DA NOSSA INTEIRA RESPONSABILIDADE MUDANÇA.

O Inconsciente procura sempre o nosso maior bem, isto é, a evolução da Consciência e Realização Pessoal.

Interessante ressaltar que todas essas questões que chamamos de ferida, nada mais são as tentativas de nosso cérebro de nos proteger daquela situação que nos machucou tanto.

A RELIGIÃO E FRAGILIDADE

Esse é um aspecto importante, eis que percebemos que a Religião tem sido muito usada para dissimular atitudes de gente má. A religião ajudou bastante Ana a se sentir amada porque ela entendeu que apesar dos seus pais, existia um Deus que a amou primeiro.

Mas apesar disso, antes Ana teve que passar por certas situações ruins. Mas tudo porque Ana se sentia frágil, se sentia menos valiosa do que os outros.

Ana foi membro de uma religião, que tinha como base a agricultura natural, a alimentação natural e a cultura do belo, da arte.

Ela passou a frequentar essa igreja duas, três vezes por semana, na época em que ela estava com o psicopata, e ninguém percebia que Luiz era um psicopata.

Ao contrário, uma vez Ana se dirigiu á uma autoridade dessa Igreja falar da sua desconfiança e o mesmo disse que ela estava errada, que ele (o psicopata) era realmente um sofredor, Ana ia nessa igreja, orava, ajudava.

Quando Ana vendeu seu apartamento, deu uma boa quantia de dinheiro para a igreja.

Temos que ressaltar que o problema não é a Igreja, não é a religião. Mas é a fragilidade de Ana .Essa era uma Igreja que pregava que todas as pessoas são devedoras. Mesmo em outras vidas.

Logo, se encaixava direitinho com Ana, já que o sentimento dela era de culpa e dívida o tempo todo.

Ana só conseguiu sair dessa Religião quando depois de

ter sido dilapidada pelo psicopata, depois de ter sido enganada, de ter a alma machucada uma pessoa que ela confiava disse que tinha sido bom que isso tivesse acontecido, pois Ana devia ser muito devedora do psicopata.

Naquele momento Ana se revoltou eis que o Deus que ela conhecia não a teria colocado no mundo para sofrer na mão do psicopata não! Ana não voltou mais nesse Igreja.

Então Ana foi frequentar uma outra religião e lá começou juntamente com a terapia a mudar, quando o aprendeu que todos ali tinham as mesmas oportunidades, que está na Bíblia. Começou a ler a Bíblia ali e começou a se encontrar um pouco

Ana precisou de varias pessoas que dissessem para ela que ela não nasceu para dar o que é seu para os outros, até chegar na análise. Ana se sentia um cachorro vira lata atrás de um dono que me guiasse. Por isso afirmo que não são as religiões, somos nós que somos (ou estamos) frágeis e acreditarmos em tudo o que nos falam.

Existem vários líderes religiosos que observando isso passam a usar essa fragilidade.

Portanto, se estivermos cientes de quem somos não nos usarão.

VITIMISMO

A vida inteira Ana ouvia que ela era vitimista. Que ela tinha tudo, que ela culpava os outros pelos seus erros. A psicanálise a fez ver que eu não era vitimista, que ela tinha sido sim vitima e isso a tinha tornado frágil.

Ana até então nunca tinha ouvido falar em criança

interior ferida.

Em todas as conversas em família quando Ana tentava conversar falando da dor que sentia ou do quanto tinha sofrido. Porém só ouvia deboche e críticas. “Ah, agora você é adulta, esta dando desculpas” , diziam a ela.

Mas como já pudemos concluir a pessoa que carrega essa criança interior ferida não é vitimista. Na verdade ela foi vítima o que a tornou um adulto frágil. E a medida que ela descobre isso, deixa de ser vítima.

É fundamental ressaltar a importância dessa “ cura” pois um abusado pode se tornar um abusador assim como um negligenciado pode se tornar um negligenciador.

Existem vários abusos que são cometidos nas crianças que deixam marcas profundas. A maior parte das pessoas acham que o abuso físico e o abuso sexual são os únicos que trazem grandes prejuízos á crianças e aos adultos. Porém não é somente eles.

Crianças que são abusadas psicologicamente ou emocionalmente também tem grandes traumas.

Vamos exemplificar alguns tipos de abuso.

TIPOS DE ABUSO

ABUSO FÍSICO

Esse tipo de abuso é o mais conhecido. Refere-se a qualquer tipo de lesão provocada deliberadamente por outra pessoa.

Podem envolver tapas, cortes e até situações de tortura nos casos mais graves.

Na família ocorre principalmente por parte dos pais (um dos dois ou ambos). Em geral, é consequência de alcoolismo, consumo de drogas, problemas financeiros, neuroses, entre outros.

ABUSO PSICOLÓGICO

Esse tipo de abuso infantil pode aparecer em diferentes âmbitos. Apesar disso, pela natureza desse tipo de abuso, costuma ocorrer por parte de pessoas próximas à criança. Podem ser pais, avós, professores, etc.

O abuso psicológico costuma aparecer em forma de ameaças, brincadeiras, exposição arbitrária dos defeitos das crianças, linguagem pejorativa, assim como qualquer forma de intimidação ou chantagem.

Esse abuso abarca muitas situações. Crianças que presenciam abusos físicos em um de seus pais por outro ou em seus irmãos pelos pais sofrem de abuso psicológico uma vez que se tornam crianças amedrontadas.

Essas crianças aprendem que tal violência feita ao outro na sua frente é um sinal de que não peça nada.

ABUSO SEXUAL

O abuso sexual ocorre muitas vezes por parte de uma pessoa que faz parte do círculo de confiança da criança, seja um parente ou um conhecido.

Mas pode ser cometido por qualquer pessoa que tenha acesso á criança como por exemplo um médico.

Tem impacto no desenvolvimento psicoemocional da criança e provoca problemas em curto, médio e longo prazos (como a depressão, o suicídio, a dependência de drogas, vários transtornos psicológicos, etc.) de acordo com vários estudos realizados sobre o

tema.

É importante ressaltar que o abuso sexual não é simplesmente o ato sexual em si. Mostrar conteúdos pornográficos impressos ou em televisão e computador, etc, configura abuso sexual.

No caso de Ana aconteceu em uma consulta médica, quando ela tinha treze anos. Não era mais uma criança, mas isso também a machucou muito.

A mãe de Ana a levou em um clinico geral porque ela havia passado mal, mas não era urgência. Era uma investigação de sintomas. Então o médico colocou a mãe de Ana de costas para a área do exame para que não pudesse ver o que ele faria. Ele não era ginecologista, não usava luva. Mas a examinou e olhou o órgão genital de Ana ali mesmo com a mãe de Ana de costas.

Ana ficou se sentindo mal, suja. E nunca esqueceu esse fato. A mãe de Ana nem notou e ela teve vergonha de falar daquilo com sua mãe porque achou que tinha sido culpada daquilo pela roupa que vestia ou por seu comportamento, já que em sua infância tudo era culpa dela.

ABANDONO OU NEGLIGÊNCIA

Esse abuso é pouco conversado, eis que pode apresentar deforma direta, pois implica a negação de um elemento do qual a criança precisa, como, por exemplo, alimentos, ou mesmo o abandono completo da criança.

Porém o conceito de que realmente uma criança precisa ainda é muito discutido ainda mais num país de condições precárias.

Mas podemos dizer que não é só de alimento que uma criança precisa conforme já até discorremos acima.

Ela precisa de amor, de carinho, de orientação. O abandono pode ocorrer quando o pai ou o tutor vai embora de casa definitivamente ou a criança é deixada em qualquer lugar.

Pode também ocorrer quando é imputado a uma criança não é capaz de cuidar de si que faça a sua alimentação, etc.

O abandono da criança incide negativamente no seu desenvolvimento psicossocial. Ao mesmo tempo, tudo o que implica a negligência (desnutrição, falta de atenção médica, educação), assim como a exposição da criança a ambientes tóxicos ou prejudiciais ao seu desenvolvimento, são algumas das formas com as quais se pode prejudicar uma criança.

PAIS COM TRAÇOS NARCISISTAS

Ao contrário do que diz o senso comum, os narcisistas não amam a si mesmos nem a mais ninguém. Eles não conseguem se aceitar; ao contrário, constroem uma máscara rígida para ocultar suas emoções. Influenciados pela nossa cultura e predispostos por fatores ligados à personalidade humana, os narcisistas costumam preocupar-se mais em parecer felizes do que em sê-lo.

Sedutores e manipuladores, estão sempre em busca de poder e controle, deixando de lado os verdadeiros valores do self – auto expressão, autodomínio, dignidade e integridade.

AMOR DE MÃE

O amor de mãe para filho é ainda uma incógnita para ciência, alguns falam dos hormônios que a mãe recebe durante a gravidez, a ocitocina, que faz com que ela adore a cria. No entanto, veremos a seguir que
este amor não vem para todas as mulheres.

Muitas vezes, a maternidade se torna um tormento que traz consequências nefastas para a relação mãe-filho.

As patologias mentais ou psicopatologias são de difícil detecção diagnóstica.

São patologias disfarçadas pois muitas vezes essas pessoas com distúrbios de personalidade são funcionais em níveis sociais. Ou seja, elas atuam na sociedade sem causar nenhum problema, seus sintomas não afetam visivelmente sua rotina diária e seu convívio
em sociedade

MÃE NARCISISTA, MÃE TÓXICA

No entanto, é dentro do lar, no seu círculo familiar que estas patologias disfarçadas perdem a máscara e se apresentam nocivas para aqueles que a rodeiam.

É o caso das mães narcisistas, mulheres que sofrem do transtorno de personalidade narcisista.

Narcisismo é uma patologia que faz referência ao mito de Narciso. Um homem, que ao ver seu reflexo noespelho d’água de um lago, enamora-se de si mesmo.

Uma das características mais marcantes das pessoas

narcisistas é que elas não conseguem reconhecer o sentimento alheio, elas não sentem empatia, não conseguem se colocar no lugar do outro, pois elas apenas enxergam no outro o reflexo de si mesma.

É consenso geral entre os psicólogos, que uma mulher com distúrbio de personalidade pode tornar uma mãe com este distúrbio e os filhos não estarão a salvo dos seus efeitos negativos.

Uma mãe narcisista dificilmente consegue amar seus filhos com aquele amor incondicional e desinteressado. Há sempre um dos filhos, geralmente do sexo feminino, em que elas projetarão seus defeitos para escondê-los de si mesmas.

A mãe narcisista não amadurece com o passar dos anos, ela não tem uma evolução emocional. Assim, tão logo a filha cresce, inverte-se a relação.

A filha passa a assumir o papel de mãe e a mãe passa a assumir o papel de filha. A filha sente-se responsável pela mãe, ela terá sempre que suprir a carência emocional de sua mãe, e se não o fizer será culpabilizada por isto.

É muito comum mães narcisistas culparem os filhos pelas suas frustrações e infelicidade.

É um cenário muito triste e de difícil reconhecimento, pois narcisistas jamais admitirão serem narcisistas. Eles sempre negarão qualquer psicopatologia que possam ter o que torna ainda mais difícil o tratamento.

Os filhos quando são pequenos não conseguem saber que a maneira como as suas mães o criam são prejudiciais e causam danos psicológicos para o resto de suas vidas.

Eles até podem pressentir algumas injustiças em castigos exagerados, eles até podem notar que suas mães são pouco carinhosas em relação as outras.

Porém, é somente na fase adulta que eles poderão reconhecer que foram criados por mães narcisistas. Mas isto não é uma descoberta fácil.

MÃES E PAIS ABUSIVOS

Estas mães e pais geralmente se utilizam da condição de pais para praticarem abusos emocionais com seus filhos. “Eu posso fazer isso com você, pois sou sua mãe (ou pai)”

A criança então cresce com aquele abuso entendendo que faz parte da função materna ou paterna, faz parte daquilo que ela entende como mãe ou pai.

Esses pais brigam e castigam excessivamente os filhos, xingam e batem neles, as vezes não suprem as necessidades básicas, como alimentação e cuidados higiênicos, ou quando o fazem praticam outra negligência: o abandono emocional.

Como essas mães e pais não têm capacidade para reconhecer o sentimento alheio, elas não entendem que seus filhos também sofrem, dirão que suas lágrimas são bobagem, desmerecendo qualquer demanda emocional do filho.

Essa invalidação dos sentimentos e emoções dos filhos torna-os inseguros e carentes na fase adulta.

Os filhos crescerão pensando que o problema está com eles, pois não se permitem que sintam angústia, não entendem que estão sendo injustiçados, maltratados e negligenciados.

No caso de Ana por diversas vezes ela e os pais estavam num mesmo ambiente assistindo televisão quando seu pai pedia para buscar água para ele. Ana dizia que estava assistindo televisão e na propaganda buscaria a água. Mas o pai de Ana gritava com agressividade dizendo “ –eu mandei ir agora!!!. Ou quando ele estava nervoso e não queria ouvir os argumentos de Ana e dizia : some daqui !

Em outras vezes o pai de Ana telefonava, gritava no telefone e desligava sem deixar Ana falar. Também havia na casa de Ana uma questão de ser a melhor comida para pai, como se ele fosse o Rei, ou ele que tinha que comer primeiro.

Ana carregou por anos esse medo de não sobrar comida para ela.

A PERCEPÇÃO DO FILHO EM RELAÇÃO À MÃE

Quando alguém que foi vítima de um narcisista se depara com as características citadas acima ele logo identifica a pessoa em questão.

Aí vem o choque. “Eu sofria abusos e não sabia”, pensam.

A primeira reação é negar. “Minha mãe não pode ser assim”. É duro aceitar que sua mãe estabeleceu uma relação com você que não está baseada no amor puro e fraterno.

Geralmente quando se descobre ser filho ou filha de mãe narcisista, a pessoa entra em estado de luto. Ela fará o luto da mãe que nunca existiu. Pois a pessoa, levada pela norma social, sempre acreditou ter o amor de sua mãe, mesmo que esse amor nunca tenha existido de fato.

A CURA

Não é fácil a cura. Temos enfrentar a nossa dor. Enxergar a realidade. Mas é libertador. A sua cura passa pelo despertar. Por conscientizar que agora você não é mais aquela criança que ouvia tudo e acreditava em tudo.

Você pode ter um olhar crítico com relação ao que lhe foi dito e a quem são seus pais. Principalmente aquelas mães sofredoras, para não dizer narcisistas. Será que elas sofriam tanto

assim? Será que não existia ali uma dinâmica de troca através de chantagem sentimental?

Mas antes de você tomar qualquer atitude seja ela emocional interna ou externa, encha seu coração de amor e perdoe. Perdoe seus pais e a você mesmo. Não é para você odiar seus pais. Tenha certeza que eles também provavelmente terão suas histórias de vida e infância distorcidos.

Ana se sentia completamente perdida. Achava realmente que era problemática, pois assim sua mãe tinha lhe dito.

Quando criança sua mãe disse um dia que havia de errado com Ana, que ela era estranha, pouco inteligente.

Assim Ana acreditou. Passou a fazer um monte de teste na internet de QI. Passou a se relacionar com pessoas que eram bem aquém da sua capacidade intelectual.

Ana chegou a frequentar o MADA (mulheres que amam demais) por uns meses. Fez tanta terapia que perdeu as contas.

Mas foi a psicanálise que realmente a ajudou entender que ela tinha uma criança interior ferida dentro dela.

Ela era uma criança sofrida num corpo de uma adulta. Ela procurava o tempo todo orientação, cuidado e amor. Tudo o que lhe tinha sido negligenciado na infância quando ela teve que ser um adulto por ter que cuidar dos seus pais doentes emocionalmente.

O mais difícil disso tudo é reconhecer, viver e sentir que somente nós mesmos conseguiremos nos curar, claro que com ajuda de um psicanalista, um psiquiatra, um psicólogo também.

Mas se existiram coisas na sua infância como aconteceu na infância de Ana somente o psicanalista vai conseguir atingir isso pois a psicanalise trabalha o inconsciente desvendando as informações que ficaram guardadas lá. A terapia cognitiva trabalha

a mudança de crenças, mas como mudar as crenças sem saber em que lugar do inconsciente elas estão?

A terapia cognitiva comportamental ajudou bem. Mas Ana continuava repetindo comportamentos nocivos, continuava literalmente se machucando, sentindo dor, ou melhor, provocando dor.

Ana não entendia. Estudava Coach, PNL, hipnose, física quântica, auto hipnose, repetições positivas, mas nada adiantava para ela

Aliás, ás vezes ela ficava mal e se sentia ainda pior porque as coisas boas prometidas nessas técnicas não aconteciam para ela e somente para os outros.

A psicanálise conseguiu salvá-la. Logo no primeiro mês de análise, Ana conseguiu parar de fumar. Ela perdeu realmente a vontade. Inclusive emagreceu.

Mas o mais importante foi Ana poder se conhecer. Foi também Ana poder ver que ela realmente sofria, porque sua família só conseguia acusar, culpar. Diziam que ela era irresponsável, louca, sendo que o mal que eu fazia realmente era para ela mesma. Claro que ao perder tudo , ou melhor, ao dar tudo para os outros acabou prejudicando seus filhos. Mas a intenção de Ana era sempre se punir.

Uma das piores coisas que Ana fazia a si mesma era " sujar" seu nome, simplesmente ela pegava empréstimo, fazia dívida sem a menor necessidade.

Era como se ela quisesse se punir o tempo todo por simplesmente existir.

Como se ela não merecesse o que tinha de bom na vida.

Ana percebeu que os buracos nos quais ela entrava eram

proporcionais as suas conquistas

Portanto, caso você viva uma vida de auto sabotagem assim como Ana, é necessário investigar a sua infância e descobrir se algumas necessidades suas também não foram adequadamente atendidas. Assim você poderá se conhecer e mudar seus comportamentos nocivos na vida adulta, assim como Ana fez .